



# El WIC y Usted



Su hijo la tiene a usted. Y usted tiene a WIC!

## ¿Qué es WIC?

El WIC es un programa suplementario de alimentos y de educación sobre nutrición para mujeres, bebés, y niños.

Para calificar para el WIC, usted debe:

- ✓ Estar embarazada, amamantar o tener un recién nacido,
- ✓ O tener un bebé o un niño menor de cinco años.

## ¿Califico para el WIC?

Los servicios del WIC son gratis cuando usted:

- ✓ Viva en la misma área de la clínica,
- ✓ Necesite los alimentos de WIC para estar saludable,
- ✓ Cumplir con los límites de ingreso, o recibir Medicaid o Estampillas de Alimentos:

\*Sí esta embarazada puede contar a su bebé en el tamaño de la familia.

Tamaño de familia	Mensual (Bruto)	Anual (Bruto)
1	\$1,575	\$18,889
2	\$2,111	\$25,327
3	\$2,648	\$31,765
4	\$3,184	\$38,203
5	\$3,721	\$44,641
6	\$4,257	\$51,079
7	\$4,794	\$57,517
8	\$5,330	\$63,955

Efectivo de julio 1, 2007 a junio 30, 2008

## ¿Qué puede hacer el WIC por mí?

El WIC puede:

- ✓ Enseñarle a su familia sobre una buena nutrición.
- ✓ Enseñarle a usted y a otras mamás los beneficios de amamantar, como empezar y apoyarla para continuar lactando.
- ✓ Darle referencias para el cuidado de salud y otros servicios para la familia en su área.
- ✓ Proporciona alimentos saludables para usted y sus niños, como:  
Leche, Huevos, Queso, Cereal, Mantequilla de maní, Frijoles, 100% Jugo, Zanahorias, Atún y Fórmula.



Para más información o para localizar una clínica cerca de usted, visite nuestra página de internet a: [www.health.utah.gov/wic](http://www.health.utah.gov/wic)

O llame **1-877-WIC-KIDS**

De acuerdo con la ley Federal y las reglas del Departamento de Agricultura de los EE. UU. (USDA), en esta institución está prohibido la discriminación a base de raza, color, origen nacional, sexo, edad e incapacidad. Para presentar una queja de discriminación, escriba a USDA, Director, Office of Civil Rights, 1400 Independence Avenue SW, Washington, D.C. 20250-9410, o llame al (800) 795-3272 (voz) o (202) 720-6382 (TTY). USDA es empresario y proveedor de oportunidades con igualdad a todos.

# LOS BEBES NACEN PARA LA LACTANCIA

El bebé que no se le amamanta tiene más probabilidades de padecer:

- ✓ Infecciones del oído
- ✓ Estreñimiento
- ✓ Infecciones respiratorias
- ✓ Vómito
- ✓ Diarrea
- ✓ Diabetes
- ✓ Menos Nutrición
- ✓ Sistema inmunológico débil
- ✓ Caries
- ✓ Alergias
- ✓ Síndrome de muerte súbita del infante
- ✓ Obesidad



**¡WIC ofrece gratis para las mamás que amamantan!**

- ✓ Clases sobre amamantar
- ✓ Asesoramiento de nutrición y de amamantamiento
- ✓ Bombas manuales y con pedal para sacarse leche
- ✓ Bombas eléctricas (prestadas por el WIC)
- ✓ Partes para ensamblar bomba eléctrica
- ✓ Almohadillas para senos
- ✓ Soportes para pezones planos
- ✓ Más alimentos
- ✓ Participación más larga en WIC